



SUNCOAST

DESTACANDO LO QUE FUNCIONA
RESPUESTA AL COVID-19

Charlotte
DeSoto
Manatee
Sarasota

A través de la iniciativa de Respuesta al COVID-19 de The Patterson Foundation, esta comunicación semanal de Destacar (Amplify) tiene como objetivo entretener lo que funciona en cada uno de los condados para un Suncoast más saludable y próspero. Ud. está recibiendo este mensaje porque fue identificado como un defensor de la comunidad y esperamos que comparta estas historias y mensajes a lo largo y ancho de su red.

Pasos para ayudar a prevenir la propagación de COVID-19 si está enfermo

Si está enfermo con COVID-19 o cree que podría tener COVID-19, siga los pasos a continuación:

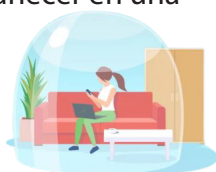
- **Hágase la prueba:** si tiene síntomas de COVID-19, hágase la prueba.
- **Cúbrase al toser y estornudar:** Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude. Lávese las manos inmediatamente con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- **Use una máscara sobre la nariz y la boca:** debe usar una máscara sobre la nariz y la boca si debe estar cerca de otras personas o animales, incluidas las mascotas (incluso en casa).
- **Quédese en casa excepto para recibir atención médica:** la mayoría de las personas con COVID-19 tienen una enfermedad leve y pueden recuperarse en casa sin atención médica. No salga de su casa, excepto para recibir atención médica. No visite áreas públicas. Cuídese en casa descansando y manteniéndose hidratado. Tome medicamentos de venta libre, como acetaminofén, que le ayuden a sentirse mejor.
- **Sepárese de otras personas:** en la medida de lo posible, permanezca en una habitación específica y lejos de otras personas y mascotas en su hogar. Si es posible, debe usar un baño separado. Si necesita estar cerca de otras personas o animales dentro o fuera de la casa, use una máscara. Dígalas a sus contactos cercanos que pueden haber estado expuestos al COVID-19.
- **Monitoree sus síntomas:** los síntomas de COVID-19 incluyen fiebre, tos u otros síntomas. Siga las instrucciones de cuidado de su proveedor de atención médica y del departamento de salud local.
- **Llame con anticipación antes de visitar a su médico:** si tiene una cita médica que no se puede posponer, llame al consultorio de su médico y dígalas que tiene o puede tener COVID-19. Esto ayudará al consultorio a protegerse a sí mismos y a otros pacientes.

Puede aprender más [aquí](#).

Cuarentena vs. Aislamiento

Póngase en cuarentena cuando podría haber estado expuesto al virus. Póngase en cuarentena si ha estado en contacto cercano (a menos de 2 metros de alguien durante un total acumulado de 15 minutos o más durante un período de 24 horas) con alguien que tiene COVID-19, a menos que haya sido completamente vacunado.

Aíslese cuando se haya infectado con el virus, incluso si no tiene síntomas. Las personas que están aisladas deben quedarse en casa hasta que sea seguro para ellas estar cerca de otras personas. En casa, cualquier persona enferma o infectada debe separarse de los demás, permanecer en una "habitación o área para enfermos" específica y usar un baño separado (si está disponible).
Aprenda más [aquí](#).



¿Sabía que

Según los CDC, una persona infectada puede transmitir COVID-19 a partir de 48 horas (o 2 días) antes de que la persona presente algún síntoma o dé positivo en la prueba. Aprende más [aquí](#).

Gráfico:

Puede descargar esta imagen [aquí](#).

10 COSAS QUE PUEDE HACER PARA TRATAR LOS SÍNTOMAS DEL COVID-19 EN CASA | COVID-19 |

Si le han confirmado COVID-19 o sospecha tenerlo

1. **Quédese en casa** excepto para recibir atención médica.
2. **Monitoree sus síntomas** atentamente. Si sus síntomas empeoran, llame de inmediato a su proveedor de atención médica.
3. **Descanse y manténgase hidratado.**
4. Si tiene una cita médica, **llame al proveedor de atención médica** antes de ir, e informe que tiene o podría tener COVID-19.
5. Si tiene una emergencia médica, llame al 911; **informe al operador** que tiene o podría tener COVID-19.
6. **Al toser o estornudar, cúbrase la nariz y la boca** con un pañuelo desechable o con la parte interior del codo.
7. **Lávese las manos frecuentemente** con agua y jabón por al menos 20 segundos o use un desinfectante de manos que contenga al menos 60 % de alcohol.
8. Dentro de lo posible, **quédese en una habitación específica y alejado de las demás personas** de su casa. Además, si es posible, use un baño separado. Si debe estar en contacto con otras personas dentro o fuera de su casa, use una mascarilla.
9. **Evite compartir artículos personales**, como platos, vasos, cubiertos, toallas y ropa de cama, con otras personas en su hogar.
10. **Limpie todas las superficies** que se tocan con frecuencia, como los mesones, las mesas y las manijas de las puertas. Utilice limpiadores o toallitas de uso doméstico, según las instrucciones de la etiqueta.

espanol.cdc.gov/coronavirus

Estadísticas de COVID-19 en el Suncoast Semana del 1 de noviembre del 2021

| CONDADO | Promedio Acumulado de 7 Días en Nuevos Casos Diarios | % Población ^12 Con al Menos Una Dosis de la Vacuna |
|---------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
|---------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|

| | | |
|-----------|------|----------------------------|
| Charlotte | 15 😊 | la semana pasada: 23 73% 😊 |
| DeSoto | 3 😊 | la semana pasada: 4 58% 😊 |
| Manatee | 30 😊 | la semana pasada: 37 68% 😊 |
| Sarasota | 23 😊 | la semana pasada: 25 76% 😊 |

- 😊 Denota una tendencia positiva
- 😐 Denota una tendencia que se mantuvo igual
- 😞 Denota una tendencia que se dirige en la dirección incorrecta

¡Las medidas que tomamos continuamente están funcionando! Cada uno de nosotros debe continuar haciendo su parte para volver a la normalidad. Anime a su familia, amigos, partes interesadas, clientes y más a continuar.

CONTACTO

Por favor envíe esta comunicación a su red, y cuando tenga historias sobre cómo superar y prosperar durante COVID-19, envíelas a Cheri Coryea a:

CCoryea@thepattersonfoundation.org



#COVID19
@ThePattersonFdn

